

UDO BAER

# Was hochbelastete Kinder brauchen

Praxishandbuch für  
die Begleitung und Betreuung



Klett-Cotta

Wunde nicht heilen. Auch ein Beinbruch braucht eine Schiene, Schmerzmittel, Ruhe, Trost, Begleitung und die Unterstützung anderer. Wenn sie ausbleibt, dann wächst der gebrochene Knochen irgendwie aneinander, aber nicht wirklich zusammen und schmerzt später bei jedem Schritt. Auch bei der seelischen Wunde kommt es darauf an, dass Menschen in der Zeit danach nicht allein bleiben, sondern Geborgenheit, Trost, Unterstützung, Da-Sein benötigen. Dann kann die seelische Wunde allmählich heilen.

Bei vielen hochbelasteten Kindern und Jugendlichen konnte die Wunde nicht heilen, weil sie in der Zeit danach allein waren und weil immer wieder neue Verletzungen hinzukamen. Die Zeit danach wurde zu der Zeit davor, sodass ein Heilungsprozess gar nicht in Gang kommen konnte. Umso wichtiger ist es in der Begleitung dieser Kinder, sie nicht allein zu lassen und sie nicht erneut und wieder ins Leere gehen zu lassen. Für sie und viele andere umfasst die »Zeit danach« nicht nur die Tage oder Wochen nach dem Gewalterleben, sondern Monate, Jahre, Jahrzehnte. Das, was sie damals gebraucht hätten, suchen sie ein Leben lang.

Die dritte Form der Leere als Monster der Entwürdigung besteht in unbetrauerten Verlusten. Auch Kinder haben Verluste: Die Freundin zieht weg. Die Oma stirbt. Der Vater zieht aus, und die Familie geht auseinander. Der große Bruder verlässt die Familie zum Studium. Beim Erleben solcher Verluste brauchen Kinder die Erlaubnis, traurig zu sein.

Trauern ist das Gefühl des Loslassens. Wenn Menschen trauern dürfen, auch Kinder und Jugendliche, dann können sie Verluste verarbeiten. Doch die Kinder und Jugendlichen dürfen nicht mit ihrer Trauer allein bleiben, und Erwachsene dürfen nicht versuchen, ihnen das Trauern zu ersparen. Traurigkeit braucht, dass sie anderen Menschen mitgeteilt wird und dass sie geteilt wird. Nur dann kann sie sichtbar werden und auch die Seele verlassen. Dann ist Trost möglich und ein Loslassen. Geschieht dies nicht, wird die Einsamkeit beim Trauern, das Verbot zu trauern oder die ungelebte Trauer zu einer Leere, die die Kinder und Jugendlichen belastet, jahrelang.

Diese drei Formen der Leere bilden das Monster des Ins-Leere-Gehens. Alle vier Monster nennen wir Monster der Entwürdigung<sup>5</sup>. Das Wort Würde stammt von »Wert« und beinhaltet in erster Linie, anderen

Menschen einen Wert zu geben. Würde ist keine Eigenschaft, die Menschen gegeben ist, sondern sie entsteht im ständigen Prozess des Würdigens. Erfahrungen mit den Monstern der Entwürdigung stehen dem entgegen. Sie müssen benannt und bekämpft werden, denn sie belasten, ja führen zu chronischen Belastungen, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen.

### **1.3 Giftige Atmosphäre**

Die vier Monster der Entwürdigung beziehen sich auf Handlungen anderer Menschen, welche die Kinder und Jugendlichen belasten und unter denen sie langfristig leiden. Manchmal werden Kinder und Jugendliche auch durch die sie umgebende Atmosphäre belastet. Auch diese nimmt ihren Ausgangspunkt in den Handlungen Erwachsener, die sich zu einer Atmosphäre entwickeln, die die Kinder und Jugendlichen umhüllt. Dies nennen wir eine giftige Atmosphäre. Sie kriecht durch alle Ritzen des Erlebens und prägt die Luft, die die Kinder und Jugendlichen atmen. Manchmal ist der Zusammenhang zwischen der Atmosphäre und den Menschen, die sie geschaffen haben und prägen, noch deutlich. Doch oft geht er den Kindern und Jugendlichen verloren. Sie leben in einer giftigen Dunstwolke, ohne zu wissen, wer das Gift ursprünglich versprüht hat.

G. lebt in einer Atmosphäre permanenter Angst. In ihrer Familie gilt, dass alle anderen eine Bedrohung sein können. Nichts darf wirklich gut sein. Alles Gute kann sich ja sofort in Schlimmes verwandeln. Für G. ist diese Atmosphäre selbstverständlich. Sie ist in ihr von Geburt an aufgewachsen. Auch sie selbst wird paranoid und kann keine freundschaftlichen Beziehungen zu Mitschüler/innen aufbauen. Auch die wohlwollendsten Lehrer haben bei ihr keine Chance. Die Eltern von G. haben in den Kriegen beim Zerfall des ehemaligen Jugoslawiens als kleine Kinder schlimme Kriegstraumata erlebt. Flucht, Vergewaltigung, Vertreibung, Denunziation, Gefangenenlager (Vater) ... Diese Atmosphäre hat sie geprägt und schuf die Wolke der Angst und Bedrohung.

Eine andere giftige Atmosphäre ist zum Beispiel die Schuldatmosphäre.

S. ist an allem schuld. So fühlt sie selbst. Andere sagen das nicht. Aber sie spürt es, und sie ist sich sicher. In ihren zwölf Lebensjahren war das immer schon so. Ihre Mutter ist krank. S. versucht, ihr zu helfen, kümmert sich um sie, so gut es geht. Aber es geht nicht gut. Sie kann die Mutter nicht gesund machen, so sehr sie sich auch anstrengt. Einmal hat sie von der Mutter gehört: »Wegen dir bin ich krank. Als ich mit dir schwanger wurde, ging das los, und seit deiner Geburt bin ich krank.« Das hat sie nur einmal gehört. Danach nie wieder. Aber sie spürt es jeden Tag. Die Schuld bestimmt die Atmosphäre, in der sie lebt.

Eine weitere Atmosphäre, die Kinder und Jugendliche häufig vergiftet, ist die der Bitterkeit.

L. ist ein neunjähriger Junge. Er ist skeptisch und bitter. Er zieht sich zurück, wenn andere spielen, und zeigt nur seine Verachtung. Er ist in einer Atmosphäre der Verachtung aufgewachsen und lebt weiterhin in ihr. Der Vater ist weg, seit L. ein Jahr alt ist. Und auch die Mutter verschwindet immer wieder für zwei bis drei Tage. Dann schlägt er sich allein durch oder geht zu einer Nachbarin. Die Mutter ist verbittert darüber, dass ihre Ehe gescheitert ist. Ihre Einsamkeit bekämpft sie phasenweise mit Tabletten. Dann richtet sie eine Doppelbotschaft an ihren Sohn: »Du bist der Wichtigste für mich. Ich habe dich lieb. Du bist mein Ein und Alles.« Er möchte dies zumindest glauben, und zugleich ist er skeptisch und glaubt gar nichts mehr. Denn kurz danach ist seine Mutter wieder weg, auf Tour ...

Kinder und Jugendliche, die in solchen Formen von giftiger Atmosphäre groß geworden sind, strahlen sie oft auch gegenüber anderen aus. Sie

finden keine Worte dafür, aber sie haben sie einverleibt. Meist kommen andere Belastungen der Monster der Entwürdigung dazu. Einer giftigen Atmosphäre ausgesetzt zu sein, kann ein Teil der Hochbelastung sein und sollten als solche identifiziert werden.

## **1.4 Zugänge zum Verständnis**

Zum Ausklang unserer Beschäftigung damit, wie wir hochbelastete Kinder und die Quellen ihrer Hochbelastung verstehen können, möchte ich Ihnen exemplarisch einige Zugänge zu diesem Verständnis vorstellen, die sich in der pädagogischen, sozialpädagogischen und therapeutischen Arbeit besonders bewährt haben. Es gibt selbstverständlich viele andere Zugangsmöglichkeiten. Sie alle zu erwähnen, würde den Rahmen dieses Buches sprengen. Die folgenden drei sind mir besonders wichtig.

### **1.4.1 Die Belastungspyramide**

Die Familienhelferin hat den Auftrag, die zwölfjährige I. zu unterstützen und insbesondere ihr Leistungsvermögen in der Schule zu fördern. I. ist sehr intelligent, auch fleißig (wenn sie will). Doch in den letzten Monaten ist sie sehr »abgestürzt«, zieht sich zurück, wird unruhig und fahrig. Sie schwänzt oft die Schule, wirkt auf alle Beteiligten überfordert.

Die Familienhelferin besucht I. und den Vater, die Mutter ist vor einem Dreivierteljahr ausgezogen und lebt mit einem neuen Partner zusammen. Die Familienhelferin trifft auf eine Ansammlung von hohen Belastungen, die jede für sich genommen schon schwierig sind, sich hier aber akkumulieren.

- Die Restfamilie leidet unter dem Wegzug der Mutter. I. hat sie sehr geliebt. Jetzt sieht sie sie nur noch sehr selten.
- Der Vater ist traurig und hat depressive Schübe. Über die Mutter wird nicht geredet. Der Vater nennt sie nur noch »die

Verräterin«.

- I.s kleine Schwester ist krank. Sie leidet an Neurodermitis, weint viel, kratzt sich, braucht besondere Aufmerksamkeit und stößt beim Vater auf Hilflosigkeit. I. findet deshalb noch weniger Aufmerksamkeit.
- I. hat ihre beste Freundin verloren. Sie hat sich in einen Jungen verliebt und hat nun »keine Zeit mehr für mich«.
- I.s Großvater, den sie sehr liebt, ist durch seine andere Tochter kürzlich Opa von Zwillingen geworden und beschäftigt sich sehr mit ihnen. I. ist eifersüchtig.

Solche Belastungen bezeichne ich als akkumulierte Belastungen. Sie können sie sehr gut in einer Belastungspyramide darstellen. Nehmen Sie ein großes Blatt Papier und zeichnen Sie an Ihrem eigenen Beispiel oder am Beispiel eines Kindes oder Jugendlichen, den Sie begleiten, eine solche Belastungspyramide. Beginnen Sie mit der Belastung, die Sie für die aktuell größte und gewichtigste halten, und zeichnen Sie sie in das breite untere Feld. Dann die nächste, die nächste, die nächste. Sie können die Höhe der Pyramide verlängern, je nach der Anzahl schwerer Belastungen.